



# Schritte, die sie jetzt unternehmen können, um sich auf eine öffentliche Gesundheitsnotlage vorzubereiten

[www.protectiowahealth.org](http://www.protectiowahealth.org)

## Entwickeln Sie einen Kommunikationsplan

Sehr wahrscheinlich ist ihre Familie beim Eintritt eines Notfalls nicht zusammen. Deshalb ist es wichtig einen Kommunikationsplan zu haben, um in engem Kontakt zu bleiben. Besprechen Sie ihre Möglichkeiten und treffen Sie Entscheidungen zusammen.

- ✓ Machen Sie einen Ort aus, um sich zu treffen, und einen weiteren Treffpunkt, der ausserhalb ihrer Nachbarschaft liegt.
- ✓ Wählen sie jemanden als Notfallkontakt.
- ✓ Seien sie bereit ein Telefon mit Landleitung oder ein Handy zu benutzen.
- ✓ Bringen Sie alle Notfallnummern bei den Telefonen sichtbar an.
- ✓ Zeigen Sie allen Familienmitgliedern wie und wann 9-1-1 gewählt werden muss.
- ✓ Fragen Sie einen Freund oder Verwandten, der nicht in ihrem Staat lebt, als Notfallkontakt zu dienen. Manchmal ist es einfacher jemand ausserhalb des Staates zu erreichen, wenn der Telefonservice unterbrochen ist.
- ✓ Besprechen Sie auch was mit den Haustieren passieren soll.

## Stellen Sie ein Notfallversorgungskasten zusammen

Während oder nach einem Notfall ist keine Zeit nach Versorgungsmitteln Ausschau zu halten. Es ist auch sehr wahrscheinlich, dass Geschäfte nicht offen haben, um das nötigste zu kaufen. Der Kasten sollte die notwendigsten Dinge enthalten, um einen Notfall zu überleben und sollte im Voraus zusammengestellt werden. Der Kasten sollte in einem zugänglichen Ort aufbewahrt werden, wo er schnell erreicht werden kann. Die nachstehende Liste enthält Dinge, die in dem Kasten enthalten sein sollten:

- ✓ Wasser, in Wasserflaschen mindestens 1 Gallone pro Person pro Tag, für mindestens 3 Tage.
- ✓ Haltbare Lebensmittel, (Dosen) für mindestens 3 Tage.
- ✓ Erste Hilfekasten
- ✓ Verschreibungspflichtige Medikamente - achten Sie aufs Datum
- ✓ Batteriebetriebendes Radio, Taschenlampen und extra Batterien
- ✓ Dosenöffner
- ✓ Bettwäsche für jedes Familienmitglied
- ✓ Produkte zur Körperpflege
- ✓ Schutzmasken oder T-Shirts für jede Person, die als Mundschutz gegen Luftverschmutzung dienen.
- ✓ Eine Pfeife, um Hilfe hereirufen zu können.
- ✓ Einen wasserundurchlässigen Kontainer, für die wichtigsten Papiere, wie Führerschein, Geburtsurkunde, Kopien aller Rezepte und Versicherungspapieren.